

Eislauf: Statuen

In dieser Übung lernen die Schülerinnen die Körperspannung aufzubauen. Sie eignet sich bestens als Aufwärmübung.

Drei Schülerinnen bilden eine Gruppe. Zwei Bildhauerinnen formen die dritte Schülerin zu einer Statue und schieben diese über eine gegebene Strecke. Dort werden die Rollen getauscht.



Variation

Die Bildhauerinnen formen ihre Statue zu einem Tier oder zu einer Sportlerin. Eine zweite Gruppe muss erraten, was für ein Tier oder welche Sportart die Statue darstellt.

Quelle: mobilepraxis 23/2006, Ina Jegher, Karin Heim



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO